

# Utilização saudável da *Internet* no contexto educativo: O Projeto Escolas ONLINE

*Raul Melo*

*Pedro Aires Fernandes*

*Ivone Patrão*

**Resumo:** A preocupação com o desenvolvimento de comportamentos aditivos sem substância é recente e acompanhou o crescente desenvolvimento tecnológico e o impacto que este teve em termos de acessibilidade a determinados

View metadata, citation and similar papers at [core.ac.uk](http://core.ac.uk)

brought to you by  **CORE**  
provided by Repositório do ISPA

comunicação digital. Com esta evolução, vem igualmente a necessidade do indivíduo se regular na utilização que faz destes recursos. O prazer proporcionado, conduz a uma procura mais regular e prolongada destas experiências em comportamentos que, por vezes, evoluem para além da consciência e da capacidade de controlo. Esta realidade é mais preocupante em populações que, pela sua imaturidade, estão expostas a maiores riscos. A importância de desenvolver intervenções preventivas dirigidas a estas populações é fundamental, para promover uma maior consciência dos comportamentos e desenvolver estratégias de controlo face ao risco de uso indevido desta tecnologia. Contudo, a eficácia destas intervenções preventivas depende de muitos fatores, tal como, a pertinência, a adequação à população alvo, o envolvimento da mesma na construção das mensagens que lhe são dirigidas, etc. O projeto Escolas ONLINE é um exemplo inovador da abordagem preventiva a uma problemática emergente e a presente apresentação incidirá sobre os passos dados, a estratégia adotada e os resultados obtidos num esforço integrado e articulado entre a autarquia, a saúde e a educação.

## Introdução

Em 1993 foi lançada a *World Wide Web*, *Internet* para todos, gratuita. O número de utilizadores, por 100 pessoas, aumentou 806% de 2000 a 2015 (Patrão & Sampaio, 2016).

Os dispositivos móveis são os mais utilizados para aceder à *Internet* de forma rápida, especialmente o *smartphone*, com um número estimado de 4.43 mil milhões de utilizadores no mundo em 2015 (Patrão & Sampaio, 2016).

As estatísticas nesta área indicam que: 70% das famílias portuguesas têm ligação à *Internet* em suas casas (PORDATA, 2016); 44.6% e 76.7% dos adolescentes portugueses, com 13 e 18 anos respetivamente, utilizam a *Internet* diariamente (Feijão, 2015).

Estar *online* trouxe várias potencialidades para o desenvolvimento global das sociedades em geral e, mais especificamente, para o processo de ensino-aprendizagem (tornando acessível todo um enorme manancial de informação) e também, por exemplo, para a comunicação à distância, ligando assim famílias e mundo empresarial.

A *Internet* é, em si, um instrumento neutro, que pode ter efeitos negativos ou positivos, dependendo da forma como é utilizada. Os riscos geralmente são associados à saúde física, *cyberbullying*, privacidade e às dependências *online* (Patrão, 2017; Patrão & Sampaio, 2016).

As dependências *online* podem ser de diferentes ordens, contudo existe ainda uma zona cinzenta relativamente à terminologia e critérios de diferenciação. Termos como: *Pathological Internet Use*, *Internet Adiction*, *Problematic Internet Use*, *Internet Addiction Disorder*, são comuns na literatura (e.g., revisão da literatura Patrão et al., 2016).

No DSM-5 (APA, 2013) surge em apêndice a área do jogo patológico *online*, como uma área em investigação. No ICD-11 (WHO, 2018) surge pela primeira vez a dependência do jogo *online* como uma entidade nosológica com critérios específicos.

Do consenso entre autores há a salientar que: a dependência *online* ocorre quando há um envolvimento em atividades através da *internet*, de forma persistente, intensa e sem controlo, resultando na redução dos interesses, com consequências físicas, emocionais, sociais e ocupacionais/académicas (Patrão et al., 2016).

Os critérios mais utilizados para definir o impacto deste comportamento no equilíbrio da pessoa são variados. Kuss, Griffiths, Karila e Billieux, (2014) dão destaque a: (a) o grau de importância atribuído ao dispositivo tecnológico; (b) a importância da atividade (ex., estar ligado na *internet*) na vida do indivíduo quer a nível cognitivo quer comportamental; (c) as alterações de humor resultantes de experiências subjetivas em atividades *online*; (d) a tolerância desenvolvida,

enquanto necessidade de aumentar o número de horas *online* para se atingir os mesmos níveis iniciais de prazer/bem-estar (ex., *gambling*); (e) os sintomas físicos e psicológicos desenvolvidos na impossibilidade do uso da *Internet* (irritabilidade, agitação, dores de cabeça, entre outros); (f) os conflitos interpessoais com o círculo próximo, bem como, o comprometimento do funcionamento ocupacional (ex., adiamento de tarefas e/ou responsabilidades); e (g) o sentimento de incapacidade de controlo do uso da *internet* dentro de áreas específicas de atividade (ex., redes sociais, jogo, compras, entre outras).

A partir do conhecimento gerado pela investigação nesta área, torna-se essencial que cada comunidade procure garantir, por um lado, o diagnóstico de situação ao nível do comportamento *online* dos elementos que a compõem, e por outro lado, desenvolver respostas territoriais adequadas à sua realidade.

No contexto da Promoção da Saúde, é essencial destacar o papel vital que as Redes assumem nas políticas de saúde modernas, ao permitir que autores de políticas, investigadores, comunidades e outros grupos consigam reunir, a diversos níveis, recursos para alcançar objetivos de saúde e de desenvolvimento sustentável (Fernandes, 2015). Como refere o mesmo autor, as Redes permitem que governos locais e os seus parceiros tenham uma plataforma comum facilitadora de construção e ação, bem como estabelecer agendas políticas comuns e desenvolver sistemas de formação e suporte para a implementação de novas políticas. Neste contexto, assume especial relevância o estabelecimento de parcerias, entendidas como uma aliança de vontades individuais e associativas à volta da necessidade de identificar e coordenar saberes-fazer (Morel, Boulanger, Hervé, & Tonnelet, 2001).

O concelho de Odivelas tem vindo a assumir a prevenção de comportamentos aditivos e dependências como uma prioridade municipal. Neste sentido, desde setembro de 2006 que o Município de Odivelas promove a implementação do Plano Estratégico Concelhio de Prevenção das Toxicodependências (PECPT), o qual integra as ações, projetos e programas desenvolvidos em matéria de comportamentos aditivos e dependências, com e sem substância psicoativa envolvida (Fernandes, 2013). Todo o trabalho desenvolvido é dinamizado por

uma ampla Rede de Parceria, composta por três dezenas de instituições de âmbito local, regional e nacional, a qual integra o SICAD – Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências.

No que diz respeito às dependências *online*, esta é uma área que, no âmbito do PECPT, tem vindo a registar uma forte expansão e investimento desde 2013, tornando-se tema recorrente nas reuniões magnas realizadas pela Rede de Parceria deste Plano. Face ao interesse e preocupação crescentes e partilhados pelos membros da Rede, deu-se início ao desenvolvimento de ações e iniciativas sobre o tema, com a colaboração estratégica de personalidades e de instituições com intervenção nesta área, visando reforçar a capacidade técnica de atuação do PECPT na área das dependências *online* e projetando um plano de ação articulado e coerente, a partir do conhecimento da realidade deste território.

Assim, e num primeiro momento de diagnóstico de situação, foi possível perceber através de um estudo com 1452 jovens (média de idades de 14,7 anos), que 18% dos jovens apresentam uma dependência *online* (Patrão, Machado, Fernandes & Leal, 2015). De igual forma, um estudo com 95 pais (média de idade de 43 anos; média de nº de filhos: 2; média idade filhos: 1º filho-12 anos; 2º filho-10 anos) alertou para o fosso geracional na experiência do que é estar *online* e para o baixo controlo quanto ao número de horas e conteúdos visionados pelos filhos (Patrão & Fernandes, 2018, in press).

Os dados recolhidos revelaram-se sintónicos com as preocupações manifestadas por diferentes parceiros do PECPT, justificando a necessidade de construir uma resposta preventiva integrada. Este facto reforçou a parceria entre a CMO e o SICAD, já em curso ao nível do desenvolvimento de intervenções continuadas no âmbito de outros comportamentos aditivos.

Procurando corresponder às diretrizes internacionais para uma prevenção eficaz (EMCDDA, 2010; UNODC, 2017), considerou-se essencial que a intervenção a desenvolver contemplasse a visão dos diferentes atores envolvidos nesta problemática, mediante um processo participado de construção. Esta opção criou condições para o desenvolvimento de um processo de investigação formativa, que

proporcione o levantamento das percepções que deverão servir de base à definição de um modelo de intervenção futuro a desenvolver sob o nome de “Escolas ONLINE”. O objetivo central deste projeto consiste, assim, em proporcionar um conjunto alargado de orientações e estratégias fundamentais para uma utilização saudável das tecnologias e da internet em contexto educativo e colocá-las à disposição da comunidade educativa alargada numa versão de Guião, em formato papel e digital.

## **Método**

A Investigação formativa assenta na recolha de dados úteis para o desenvolvimento e implementação de programas de intervenção. Um dos principais temas da investigação formativa é a adaptação. A Investigação formativa pode ser usada para realizar programas de intervenção adequados tanto do ponto de vista cultural como territorial. Tem as suas origens na antropologia aplicada, sociologia, marketing social e psicologia educacional (Gittelsohn et al., 2006). Melo (2016), citando Epton e colaboradores (2014), sublinha o hiato que frequentemente se verifica entre as crenças daqueles que desenvolvem as intervenções e daqueles a quem as mesmas se destinam, aspeto este, que reforça a pertinência desta opção metodológica.

### *Amostra*

A amostra foi constituída por 126 participantes (83 mulheres e 43 homens) da comunidade educativa alargada do concelho de Odivelas, que aceitaram participar de forma voluntária e com interesse em discutir a temática em causa, com a seguinte distribuição: 24 Professores e técnicos dos Serviços de Psicologia e Orientação e das Equipas de Educação Especial de diversos agrupamentos de escolas, com funções de natureza diversa; 22 Pais/Mães e Encarregados de Educação de diversas Associações de Pais; 25 Profissionais e Técnicos de Saúde de diversas instituições; 30 Alunos de um agrupamento de

escolas do concelho de Odivelas; 25 Assistentes Operacionais de diversos agrupamentos de escolas.

### *Procedimento*

O projeto – Escolas ONLINE – assentou na realização de um ciclo de 5 *focus group* na área das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), em particular a *Internet*. Os *focus group* foram dinamizados fazendo uso de metodologias ativas e participativas – “World Café” (Juanita Brown & David Isaacs, 1995) – potenciando a produção de ideias sobre diversas subáreas relacionadas com o tema, organizadas em mesas. Cada *focus group* teve a duração de 2 horas e meia, iniciando-se com um breve enquadramento teórico e explicitação da metodologia adotada, seguindo-se a distribuição dos participantes pelos 5 grupos de trabalho a decorrer em simultâneo (i.e., “Wifi” – políticas educativas, gestão de sala de aula; “google” – utilização das TIC/*Internet* como ferramenta pedagógica; “Facebook” – relação professor/aluno e as tecnologias, modelos no mundo digital; “Smile J” – os riscos online e a saúde física e mental; “Arrob@” – literacia digital, pegada digital, segurança *online*). Segundo um percurso e um tempo pré-determinado, os participantes passam por todos os grupos de trabalho, tendo assim contacto com todas as temáticas. No final do percurso, cada grupo, a partir dos registos da discussão partilhada, elabora um conjunto de 5 orientações sobre a utilização saudável da *Internet*, com apresentação pública e discussão em grande grupo.

Após a recolha do material que contém as orientações dos *focus group* de todos os participantes foi realizada uma análise de conteúdo, por categorias previamente definidas: orientações comuns, diferentes e opostas.

### *Instrumentos*

Tendo em conta a natureza do estudo, a base de recolha de informação assumiu um carácter qualitativo. O único instrumento de base foi

o guião de procedimentos que orientou as diferentes sessões de trabalho com cada um dos grupos-alvo. Este guião compreendia uma súmula de informação sobre os dados recolhidos no concelho de Odivelas e um conjunto de questões definidas com base numa revisão da literatura (Patrão et al., 2016) a serem debatidas pelos grupos nas diferentes mesas de discussão. Foi elaborada uma lista de afirmações e pesquisadas imagens concordantes com os conteúdos das afirmações, que funcionaram como *teasers* em cada grupo de trabalho (e.g., das afirmações: Como se faz a boa utilização das TIC no contexto da educação obrigatória?; Como lidar com a diferença de literacia digital entre adultos e jovens?; Quais os sites e conteúdos que devem estar acessíveis?; Qual a idade que se pode ser independente *online*?; Que consciência se tem da pegada digital que cada um deixa?; Como encarar as múltiplas identidades *online*?; Onde começa a liberdade de expressão e o respeito pelos outros? Como compreender o *cyberbullying*?; Qual a noção dos riscos para a saúde física e mental que a *Internet* comporta?).

## Resultados

Os resultados na sua globalidade indicam a existência de mais orientações comuns aos 5 grupos (professores, auxiliares de educação, pais, alunos, e profissionais de saúde) do que orientações diferentes ou opostas.

Da análise dos conteúdos resultaram as seguintes categorias: (1) acesso à *Internet*; (2) formação sobre TIC; (3) regras para o uso da *Internet*; (4) os riscos associados ao estar *online*; (5) as potencialidades das TIC; e (6) a segurança online.

Com base nestas categorias verificou-se a concordância entre todos os grupos nos seguintes aspetos: deverá ser proporcionado o acesso às TIC desde o jardim-de-infância, condicionado a regras previamente estabelecidas (e.g., controlo do wi-fi, limitação do acesso a determinados sites, delimitação de tempo de utilização); as regras devem ser construídas com a participação de todos; incrementar o uso das TIC

como recurso pedagógico, com monitorização do professor, ajustado aos níveis de ensino e respetivas disciplinas; reforçar a formação em TIC, tornando-a acessível a todos os agentes educativos, de forma a promover a literacia digital e a facilitar a comunicação entre todos sobre as potencialidades e riscos inerentes a este contexto (e.g., formação sobre impacto do uso das TIC na saúde); facilitar a comunicação digital entre alunos, professores e pais (e.g., site, plataformas, app); promoção de abordagens preventivas dos riscos e danos associados ao uso desadequado e/ou excessivo das TIC (e.g., fornecer informação sobre riscos, identificar estratégias de promoção de autorregulação, entre outras); reforço de alternativas de prazer mediante a promoção de atividades ao ar livre, de carácter lúdico, com o objetivo de desenvolver competências emocionais e sociais; por fim, sublinhar a importância da privacidade e da segurança *online*.

Para as categorias, *acesso à Internet, regras para o uso da Internet; e riscos online*, verificou-se discordância entre grupos nas seguintes áreas: os *alunos* pedem uma *Internet* mais rápida, e que o limite do número horas *online* seja definido com base em evidência científica e não apenas de acordo com a perspetiva subjetiva dos educadores (pais, professores ou assistentes operacionais); os *assistentes operacionais* consideram que o controlo do acesso às TIC deve ser feito não apenas pelos professores, incluindo-os igualmente neste processo. Por outro lado sugerem que seja feito um acordo com operadoras para bloquear *sites* nos *smartphones* dos alunos; os *alunos* e os *profissionais de saúde* referem que as regras devem ser claras, objetivas, compreensíveis e exequíveis; os *profissionais de saúde* apelam para a coerência das regras em todos os contextos; os *pais* referem a necessidade de elaborar um plano tecnológico da comunidade, bem como, a necessidade de se criar um espaço para discussão das regras do uso das TIC, e a necessidade de gestão de recreios, com promoção da interação social; os *professores* referem que o uso de *smartphones* e *tablets* deve cumprir com as regras e ser objeto de monitorização por um responsável. Do mesmo modo, deve ser garantida a igualdade de oportunidades de acesso a este tipo de equipamentos (*professores*).



Por fim, verificou-se antagonismo dentro das categorias *acesso à internet* e *regras do uso da internet*. Em específico, os *profissionais de saúde* e *pais*, em oposição aos outros grupos, consideram que a responsabilidade em ambas as categorias deve ser partilhada entre todos os atores, cabendo a todos a aplicação das regras e consequências do não cumprimento das mesmas. Por fim, estes dois grupos consideram que cabe à escola assegurar o acesso aos dispositivos.

## **Discussão**

O conjunto de orientações recolhidas espelham uma unanimidade em dois aspetos fundamentais: por um lado, a valorização da utilidade do recurso e a sua mais-valia independentemente da fase de desenvolvimento e nível de escolaridade; por outro, a necessidade de elevar os níveis de literacia digital, diminuindo o hiato entre jovens e adultos e entre os profissionais e o cidadão comum.

Destaca-se uma clara diferença entre três planos de relação com o recurso: (1) o utilizador, (2) o educador/regulador e (3) o gestor. Os primeiros (alunos) preconizam acesso livre, recreativo ou não, afirmando as potencialidades e a responsabilidade individual na autorregulação. Já os segundos – mais próximos da função dos professores e dos pais – não negando as potencialidades do recurso, sublinham a fragilidade da regulação individual, afirmando a necessidade de um controlo externo, assumindo deste modo uma postura potencialmente conflituante com os primeiros. Por fim, os gestores, enquanto grupo que se confronta com o impacto direto deste comportamento nos espaços de relação (cuja gestão está a seu cargo), assume uma postura mais compreensiva e eventualmente mais empática com os primeiros. É o caso dos assistentes operacionais e dos técnicos de saúde que, valorizando a função do recurso da dinâmica social, procuram minimizar os efeitos negativos do mesmo no plano da interação e do bem-estar alargado.

Um quarto grupo é evocado subliminarmente – os facilitadores – enquanto todos aqueles que promovem o uso deste recurso. Entrariam

neste grupo os operadores, as marcas e todos os geradores de influência que reforçam a *normalidade* da utilização deste recurso. Este quarto grupo, sendo visto como externo ao processo, desempenha um papel essencial na criação da *necessidade* e, conseqüentemente, na génese da utilização problemática dos dispositivos digitais em geral e da *Internet* em particular.

É fundamental sublinhar o papel da capacidade de regulação individual como principal elemento de discórdia na leitura da realidade. Enquanto parte dos atores acreditam nessa capacidade e afirmam a liberdade de utilização com base na mesma, os outros questionam essa capacidade evocando o poder de influência social (imitação, pressão de pares, desejo de pertença e reconhecimento pelos outros) como determinante no comportamento individual. Este segundo grupo afirma ainda, que os processos de promoção de uma maior consciência dos riscos é, por si próprio, insuficiente. Ter conhecimento não é sinónimo de saber ou querer usá-lo, justificando-se deste modo a necessidade de um organizador externo e um controlo ambiental dos fatores de influência (Melo, 2011).

## Conclusões

A relação é o principal fator preventivo. Qualquer ameaça à Relação é uma ameaça ao equilíbrio social. Ainda que a *Internet* seja uma ponte para o mundo, é fundamental não confundir a relação com o estar em contacto, sublinhando a visão de LeBreton (1997) de que evoluímos cada vez mais para sermos uma Sociedade em contacto, mas cada vez menos relacional.

Num problema que é de todos e no qual todos tempos um papel ativo, fará sentido partir-se para uma abordagem integrada, holística, que reconheça os diferentes papéis dos múltiplos atores na cadeia de valor da *Internet*, incluindo não só as crianças e jovens, as suas famílias, os educadores, mas também as indústrias digitais, os decisores e os reguladores, na promoção de literacias, de segurança e de bem-estar no

contexto digital (Ponte, 2016). Como refere Fernandes (2015), tal exigirá um processo alargado de mobilização social, de base comunitária, envolvendo por isso as instituições locais, conhecedoras do território onde operam. A dinâmica participativa estabelecida entre os diferentes níveis de organização social (Administração Central, Municípios, instituições, associações...) terá, pois, efeitos diretos e ampliará o alcance da ação, em particular se estiver presente desde a fase de diagnóstico.

Por isso mesmo, é importante valorizar o papel de quem reclama a liberdade e condições para a utilização do recurso, mas também de quem é cauteloso e resistente; de quem desenvolve o recurso e de quem alerta para os riscos; de quem facilita o acesso e de quem promove relação dentro do mesmo. A resposta não passa pela eliminação de alguma das partes, mas pelo equilíbrio que resulta da conjugação dos diferentes papéis, visando uma gestão saudável dos nossos comportamentos *online*, em rede, em comunidade.

Os resultados deste projeto, pelo facto de ser piloto, não podem assumir-se como um produto acabado, mas antes como um modelo de ação que poderá ser reproduzido mediante adaptações a novas realidades. A natureza e a dimensão da amostra condicionam as conclusões retiradas e os materiais a produzir, contudo, proporcionam uma visão que integra diferentes perspetivas com as quais as partes se poderão identificar. A riqueza da metodologia e o potencial de replicação abre espaço para que, num estudo longitudinal, e distribuído por diferentes realidades, se avalie a utilidade e a evolução das orientações que deste estudo resultaram.

## Referências

- APA. (2013). *DSM-5. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (5ª ed.). Lisboa: Artmed Editora.
- Brown, J., & Isaacs, D. (1995). *The world café: Shaping our futures through conversations that matter*. San Francisco, California: Berrett-Koehler Publishers, Inc.

- European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. (2010). *Prevention and evaluation resources kit (PERK)*. Luxembourg: Autor. doi: 10.2810/27577
- Feijão, F. (2015). *Estudo sobre os consumos de álcool, tabaco, drogas e outros comportamentos aditivos e dependências*. Lisboa: SICAD.
- Fernandes, P. (2013). Município, educação para a saúde e prevenção das (toxico)dependências: Uma intervenção estratégica no concelho de Odivelas. Documento não publicado, Instituto Superior de Ciências Educativas, Portugal.
- Fernandes, P. (2015). Educação para a saúde e prevenção de comportamentos aditivos: Do diagnóstico (local) à intervenção (sociocomunitária). In L. Mata, F. Peixoto, J. Morgado, J. Silva, & V. Monteiro, (Orgs.), *Atas do 13º Colóquio Internacional de Psicologia e Educação* (pp. 157-171). Lisboa: ISPA – Instituto Universitário.
- Gittelsohn, J., Steckler, A., Johnson, C., Pratt, C., Grieser, M., Pickrel, J., . . . Staten, L. (2006). Formative research in school and community-based health programs and studies: “State of the art” and the TAAG approach. *Health Educ Behav*, 33(1), 25-39.
- Kuss, D., Griffiths, M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Curr Pharm Des*, 20(25), 4026-4052.
- LeBreton, D. (1997). *Du silence*. Paris: Éditions Métailié.
- Melo, R. (2011). Reflexões em torno da prevenção: Aproximações a um modelo para os problemas ligados ao álcool. *Revista Toxicodependências*, 17(3), 25-36. Lisboa: IDT.
- Melo, R., Alvarez M. J., & Marques Pinto, A. (2016). *Investigação formativa sobre conhecimentos, atitudes, auto-eficácia e comportamentos relacionados com o álcool em diferentes atores do processo preventivo*. Documento não publicado, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal.
- Morel, A., Boulanger, M., Hervé, F., & Tonnelet, G. (2001). *Prevenção das toxicomanias*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Patrão, I. (2016). Comportamentos online em jovens portugueses: Estudo da relação entre o bem-estar e o uso da internet. *Atas do 11º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde* (pp. 341-346).
- Patrão, I. (2017). *#GeraçãoCordão: A geração que não desliga*. Lisboa: Lidel, Pactor.
- Patrão, I., Machado, M., Fernandes, P., & Leal, I. (2015). Jovens e Internet: Relação entre o bem-estar, isolamento social e funcionamento familiar. In L. Mata, F. Peixoto, J. Morgado, J. Silva, & V. Monteiro, (Orgs.), *Atas do 13º Colóquio Internacional de Psicologia e Educação* (pp. 241-249). Lisboa: ISPA – Instituto Universitário.

- Patrão, I., Reis, J., Paulino, S., Croca, M., Moura, B., Carmenates, S., Barandas, R., Madeira, L., Sampaio, D. (2016). Avaliação e intervenção terapêutica na utilização problemática da internet (UPI) em jovens: Revisão da literatura. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 7, 221-243. doi: hdl.handle.net/11067/3514
- Patrão, I., & Sampaio, D. (2016). *Dependências online: O poder das tecnologias*. Lisboa: Lidel, Pactor.
- Patrão, I., & Fernandes, P. (2018, in press). Dependências online: Estudo sobre a percepção da supervisão parental numa amostra de pais de crianças e jovens. *Atas do 14º Colóquio Internacional de Psicologia e Educação*. Lisboa: ISPA – Instituto Universitário.
- Ponte, C. (2015). Um desafio dos tempos modernos: A Internet e as novas gerações. In I. Patrão & D. Sampaio (2016). *Dependências online: O poder das tecnologias*. Lisboa: Lidel, Pactor.
- PORDATA (2016). *Base de dados Portugal contemporâneo*. Lisboa: PORDATA.
- United Nation Office on Drugs and Crime [UNODC]. (2017). *International standarts on drug use prevention*. Viena: UNODC.
- World Health Organization. (2018). *International Classification of Diseases for Mortality and a Morbidity Statistics (ICD), 11.ª Revision*. WHO.

